

Mysle pozytywne



Temat

Program Fantastyczne Możliwości

—

Realizujący:

**Pracownia Profilaktyki Młodzieżowej „Pro-M”
Zakład Zdrowia Publicznego, Instytut Psychiatrii i Neurologii**

ul. Sobieskiego 9

02-957 Warszawa,

tel. 22 45 82 630,

email: agapisar@ipin.edu.pl

www.ipin.edu.pl

Cel ogólny programu



Opóźnienie inicjacji alkoholowej wśród dzieci oraz ograniczanie problemów związanych z pićem alkoholu przez dorastających poprzez wzmacnianie rodzinnych, indywidualnych i rówieśniczych czynników chroniących. Grupa docelowa to uczniowie klas V lub VI szkół podstawowych oraz ich rodzice

Cele szczegółowe

Program Fantastyczne Możliwości (FM) jest adaptacją amerykańskiego programu Amazing Alternatives, opracowanego na Uniwersytecie Minnesota w ramach Projektu Northland. Wraz z Programem Domowych Detektywów (PDD) tworzy dwuletni program uniwersalnej profilaktyki alkoholowej. Podstawą do stworzenia projektu stały się uznane teorie wyjaśniające przyczyny sięgania przez dzieci i młodzież po alkohol i inne substancje psychoaktywne oraz wiedzę na temat czynników ryzyka i czynników chroniących związanych z indywidualnymi cechami nastolatka, jego rodziną, grupą rówieśniczą, szkołą oraz środowiskiem lokalnym.

Metody pracy



Podczas programu ćwiczą, poprzez odgrywanie scenek, umiejętność odpierania presji otoczenia skłaniającej do picia. Ponadto uczniom jest przekazywana wiedza o bezpośrednich psychospołecznych konsekwencjach picia alkoholu. Głównym celem programu jest opóźnienie inicjacji alkoholowej. Osiągnięcie tego celu może przynieść większe i trwalsze efekty profilaktyczne. Badania wskazują, że im wcześniej dochodzi do inicjacji w picie alkoholu, tym większe jest ryzyko rozwoju problemów z nim związanych w przyszłości. Ponadto, alkohol ułatwia wchodzenie w inne ryzykowne zachowania okresu dojrzewania takie jak: palenie papierosów, używanie narkotyków, przedwczesny seks, wagarowanie czy konflikty z prawem.

Założenia



Według założeń teorii społecznego uczenia używanie substancji psychoaktywnych jest społecznie wyuczonym zachowaniem, które kształtuje się i umacnia na skutek obserwacji i naśladowania zachowania innych osób. Naśladowanie atrakcyjnych modeli, jakimi w dzieciństwie są przede wszystkim rodzice, znaczący rówieśnicy, a także osoby z życia publicznego, jest dla dziecka a później nastolatka źródłem pozytywnych wzmocnień. To, w jaki sposób zachowują się osoby ważne dla młodego człowieka może stać się zarówno czynnikiem ryzyka, jak i czynnikiem chroniącym przed podejmowaniem niepożądanych zachowań. W programie zastosowano strategię profilaktyczną, polegającą na rozwijaniu umiejętności wychowawczych rodziców. Działania podejmowane w trakcie realizacji programu Fantastyczne Możliwości oparte są na edukacji normatywnej, strategii profilaktycznej opracowanej na podstawie Teorii uzasadnionego działania.

Opis programu



Program Fantastyczne Możliwości składa się z części szkolnej i domowej. Realizacja programu rozpoczyna się Wieczorem fantastycznych pomysłów – spotkaniem uczniów, rodziców i nauczycieli, którego celem jest zainicjowanie programu oraz zachęcenie rodziców do aktywnego udziału w proponowanych działaniach. Zajęcia w klasie, prowadzone przez nauczyciela i liderów młodzieżowych, składają się z 5 spotkań. Dotyczą takich tematów jak: bezpośrednie konsekwencje picia alkoholu przez młodzież, powody sięgania po alkohol, rozpoznawanie i odpieranie nacisków społecznych związanych z pićem alkoholu, ćwiczenie różnych sposobów odmawiania oraz propagowanie alternatywnych wobec picia alkoholu sposobów spędzania wolnego czasu. Domowa część programu realizowana jest równoległe z zajęciami w klasie. Podstawę tej części stanowią cztery broszury, adresowane przede wszystkim do rodziców. W broszurach poruszane są takie zagadnienia jak: sytuacje związane z pićem alkoholu, z którymi mogą stykać się dzieci; konsekwencje wczesnego sięgania po alkohol; informacje o alkoholu w środkach masowego przekazu (głównie w telewizji); rodzinne zasady dotyczące picia alkoholu, sposoby zapewnienia dzieciom atrakcyjnych form spędzania czasu z przyjaciółmi oraz ograniczenie dostępności alkoholu dla nastolatków w społeczności lokalnej. Zadania rodziców polegają również na rozwiązywaniu wraz z dziećmi

zadań domowych. Celem zamieszczonych w tych zeszytach zadań jest stworzenie okazji do rozmowy na tematy związane z alkoholem. Program Fantastyczne możliwości kończy się wspólnym spotkaniem wszystkich uczestników – czyli Wieczorem dobrej zabawy. Realizacja programu Fantastyczne możliwości zajmuje około 12-14 tygodni.

Ewaluacja



Badania prowadzono na podstawie quasi-eksperymentalnego schematu badawczego, przeprowadzonego w warunkach naturalnych. Przedmiotem badań były rutynowe realizacje programu, prowadzone przez nauczycieli ze szkół. W grupie eksperymentalnej znalazło się 18 klas IV i V, a w grupie porównawczej – 16 klas IV i V. W obu z tych grup czterokrotnie przeprowadzono audytoryjne, anonimowe badania ankietowe uczniów. Kontrolowano ponadto jakość realizacji programu (wywiady grupowe z nauczycielami, wywiady telefoniczne z rodzicami, dane z dokumentacji programu). Uzyskane wyniki wykazały korzystne, utrzymujące się przez rok od zakończenia oddziaływań profilaktycznych, efekty programu dotyczące czynników warunkujących picie alkoholu przez młodzież. Szczególnie istotne okazały się zmiany dotyczące takich czynników jak: proalkoholowe postawy uczestników programu, wiedza na temat konsekwencji picia alkoholu oraz przekonanie o możliwości odmowy picia w sytuacji presji rówieśniczej. Przede wszystkim, stwierdzono wpływ programu na zmienne behawioralne: ograniczenie przypadków upijania się i opóźnienie pierwszych prób picia alkoholu w towarzystwie rówieśników.